

Е.А. Черенкова

---

## РЕФЛЕКСИВНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА

---

**Аннотация.** В статье анализируются результаты исследования рефлексивности студентов колледжа по методике А.В. Карпова. Рефлексивные технологии рассматриваются как средство самоопределения студентов колледжа и понимаются как совокупность методов и приёмов, направленных на развитие способности студента к анализу и оценке своей деятельности, а также на формирование навыков самоконтроля и саморегуляции. Проводится сравнительный анализ уровня рефлексивности студентов по возрасту и полу. По результатам исследования обнаружено, что среди опрошенных студентов большая часть имеет средний уровень рефлексивности вне зависимости от возраста и пола. Сделан вывод о наличии у обучающихся навыков рефлексии, однако рефлексивные процессы могут носить нерегулярный характер, а рефлексивный анализ осуществляется студентами достаточно поверхностно.

*Ключевые слова:* рефлексивные технологии, рефлексивность, студенты колледжа, самоопределение.

Е.А. Cherenkova

---

## REFLEXIVE TECHNOLOGIES AS A MEANS OF COLLEGE STUDENTS' SELF-DETERMINATION

---

**Abstract.** The article analyzes the results of a study on the reflexivity of college students using A.V. Karpov's methodology. Reflexive technologies are considered as a set of methods and techniques aimed at developing students' ability to analyze and evaluate their own activities, as well as to shape self-control and self-regulation skills. A comparative analysis of the reflexivity level of students by age and gender is carried out. The results of the study revealed that among the surveyed students, most have an average level of reflexivity regardless of age and gender. The main finding is that students have reflexivity skills, but their reflexive processes may be irregular and reflexive analysis is performed by students rather superficially.

*Keywords:* reflexive technologies, reflexivity, college students, self-determination.

В современном мире образование играет ключевую роль в формировании личности и профессиональной самореализации молодых людей. Одним из эффективных методов развития рефлексии и самоопределения студентов является использование рефлексивных технологий. В данной статье мы рассмотрим особенности и преимущества применения этих технологий в образовательном процессе колледжа.

*Рефлексивные технологии* представляют собой совокупность методов и приёмов, направленных на развитие способности студента к анализу и оценке своей деятельности, а также на формирование навыков самоконтроля и саморегуляции. Они включают в себя различные формы работы, такие как рефлексивные дневники, групповые дискуссии, ролевые игры и др.

**Черенкова Екатерина Андреевна**

аспирант кафедры психологии образования, Московский педагогический государственный университет, Москва. Сфера научных интересов: рефлексивные технологии, самоопределение обучающихся колледжа. Автор трех опубликованных научных работ.

Электронный адрес: [katya-cherenkova@mail.ru](mailto:katya-cherenkova@mail.ru)

Применение рефлексивных технологий в колледже имеет ряд преимуществ для студентов, в том числе:

- *развитие самосознания и самопознания.* Рефлексивные технологии помогают студентам лучше понять свои сильные и слабые стороны, интересы и склонности, что способствует формированию адекватной самооценки и уверенности в себе;
- *формирование навыков самоконтроля и саморегуляции.* Студенты учатся контролировать свои эмоции, поведение и результаты своей деятельности, что помогает им достигать лучших результатов и избегать негативных последствий своих действий;
- *развитие коммуникативных навыков.* Рефлексивные технологии часто предполагают групповую работу, что способствует развитию навыков общения, сотрудничества и взаимопомощи;
- *повышение мотивации к обучению.* Регулярное использование рефлексивных технологий позволяет студентам видеть прогресс в своём развитии, что мотивирует их продолжать обучение и совершенствоваться.

Понятие рефлексии как элемента образовательной деятельности активно развивалось в западных странах. Одним из основоположников рефлексивного подхода в педагогике считается американский философ и педагог Джон Дьюи, который в начале XX века предложил концепцию рефлексивного мышления. Он подчеркивал, что обучение должно стимулировать учащихся к самостоятельному размышлению, анализу и переоценке собственного опыта [1].

На протяжении 1960–1970-х годов рефлексия получила дальнейшее развитие в трудах таких ученых, как Дональд Шон и Дэвид Колб. Д. Шон разработал модель рефлексивного практического мышления, которая включала два типа рефлексии: «рефлексию в процессе действия» и «рефлексию над действием» [2]. Д. Колб предложил концепцию экспериментального обучения, где рефлексия является ключевым элементом цикла обучения. Их идеи легли в основу создания моделей рефлексивного обучения и развития метакогнитивных навыков у учащихся [3].

В России развитие рефлексивных технологий связано с исследованиями Л.С. Выготского, В.А. Петровского и Я.А. Пономарева. Л.С. Выготский ввел понятие интериоризации, то есть переноса внешних социальных форм поведения и знаний во внутренний план личности. В работе А.А. Новиковой утверждается, что это понятие стало основой для изучения рефлексии в психолого-педагогическом контексте [4].

В 1970–1980-х годах отечественные ученые, такие как И.Н. Семенов и С.В. Кравков, продолжили развитие идей рефлексии, применяя их в педагогической практике для формирования профессионального мышления учителей. Эти исследования способствовали развитию педагогической рефлексии как ключевого компонента профессиональной компетентности педагогов. И.Н. Семенов утверждает, что М.М. Рубинштейн описывал рефлексию как основу самосознания и самоконтроля в деятельности человека [5].

На современном этапе российские ученые, такие как Е.А. Алисов и Л.С. Подымова [6], А.А. Бизязева [7; 8], Ю.В. Скворцова [9], разрабатывают новые подходы к формированию рефлексивных компетенций у студентов и педагогов. Важным аспектом этих исследований является развитие самостоятельности и активной познавательной деятельности обучающихся, а также использование рефлексии для повышения качества образовательного процесса и подготовки профессионалов в различных сферах.

Понятие *личностного самоопределения* является ключевым в психологии и педагогике, и оно трактуется исследователями в зависимости от их теоретических подходов. Например, С.Л. Рубинштейн рассматривает данный процесс как форму внутренней работы личности, направленной на осознание своего Я и выработку внутренней позиции относительно собственной идентичности и окружающей среды. Он указывает, что самоопределение связано с развитием самосознания и помогает человеку понять свои личные качества и потенциал, что, в свою очередь, влияет на определение места индивида в обществе. Таким образом, по Рубинштейну, личностное самоопределение – это неотъемлемая часть становления личности [10].

Личностное самоопределение студентов рассматривается в психолого-педагогической литературе как важнейший этап их личностного и профессионального развития. Оно включает в себя осознание своих интересов, ценностей, стремлений, формирование внутренней готовности принимать решения относительно своей будущей карьеры и личной жизни. Понятие «личностное самоопределение» тесно связано с идентичностью личности, которая формируется под влиянием социального окружения, образовательной среды и личного

опыта. Идентичность личности отражает представление индивида о себе, своей социальной роли и месте в обществе. В рамках этого процесса студент не только осознает свою уникальность, но и находит способы взаимодействия с окружающим миром, что способствует гармоничному развитию его личности.

Для исследования рефлексивных технологий как средства самоопределения студентов колледжа нами была проведена диагностика рефлексивности по методике А.В. Карпова «Тест на рефлексии». В исследовании приняли участие 50 студентов колледжа, среди которых 38 девушек и 12 юношей. Возраст респондентов от 16 до 18 лет ( $M = 16,84$ ;  $SD = 0,5$ ).

Результаты изучения рефлексивности показали, что 52 % студентов колледжа имеют средний уровень, то есть человек имеет некоторые осознанные рефлексивные способности, но они не всегда стабильны и не всегда применяются в реальной жизни. Он может анализировать свою поведенческую активность, оценивать свои действия, но не всегда делать правильные выводы и не всегда может применить полученные знания на практике. Оставшиеся 48 % опрошенных показали низкий уровень рефлексивности по методике А.В. Карпова, что в определенной степени указывает на отсутствие возможности критически оценивать свои действия, неспособность адаптироваться к изменяющимся условиям. Важно отметить, что низкий уровень рефлексии не означает, что человек не может развиваться в этом направлении. Существуют различные техники и методы, которые помогают развивать рефлексивные способности, и при желании каждый человек может улучшить свой уровень рефлексии.

На основании полученных результатов нами была выдвинута гипотеза о связи по-

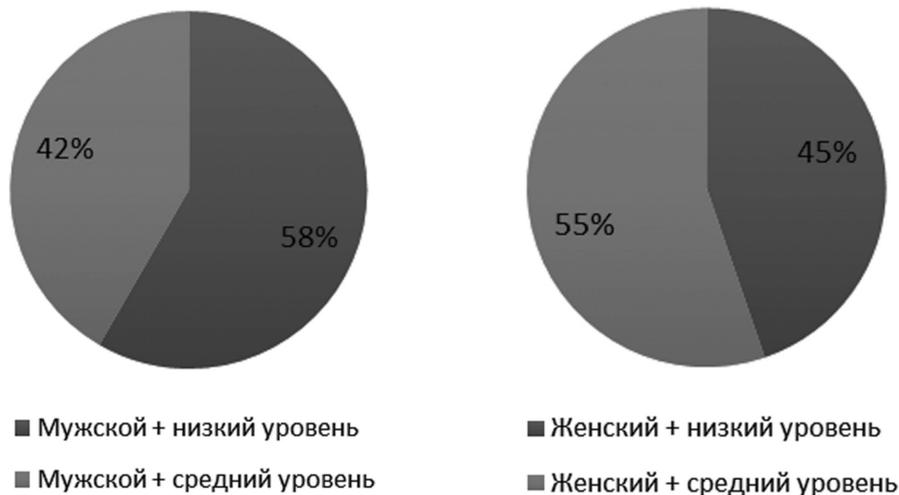
## Рефлексивные технологии как средство самоопределения студентов колледжа

казателя уровня рефлексивности с полом и возрастом у студентов. Для проверки каждой из гипотез результаты исследования были разделены на соответствующие группы.

Статистические результаты проверки распределения уровней рефлексивности по полу представлены на Рисунках 1 и 2.

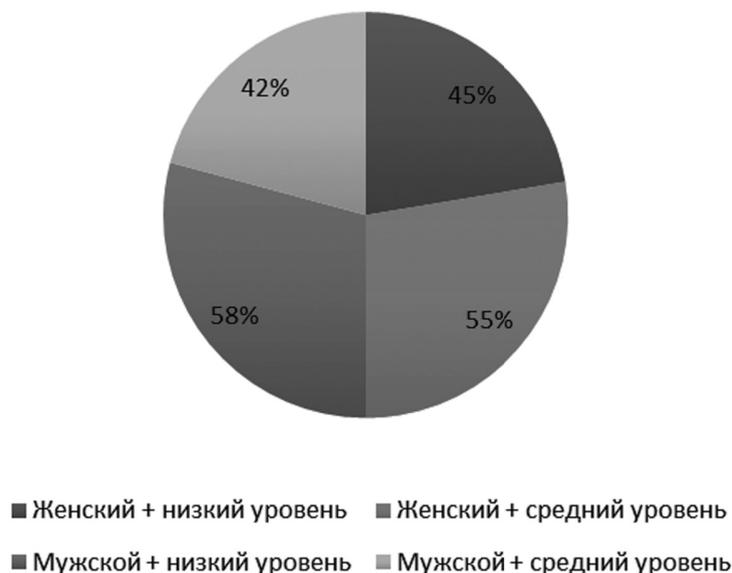
Полученные результаты продемонстрировали отсутствие статистически значимых различий по половому признаку в уровнях рефлексивности.

Для проверки гипотезы о том, что существует связь между возрастными различиями и рефлексивностью студентов, мы раз-



**Рисунок 1.** Распределение уровней рефлексивности с учетом пола

*Источник:* здесь и ниже рисунки выполнены автором



**Рисунок 2.** Общее распределение уровней рефлексивности с учетом пола

били общую выборку на три группы: 16 лет, 17 лет, 18 лет. Статистические результаты изучения связи возраста и уровня рефлексивности студентов колледжа представлены на Рисунках 3 и 4.

Как следует из Рисунка 3, выявлены различия в процентном соотношении распре-

деления уровней рефлексивности в возрасте 16 лет. Результаты свидетельствуют о том, что чем старше обучающиеся, тем меньше процентный разрыв между средним и низким уровнем рефлексивности.

По результатам исследования обнаружено, что среди опрошенных студентов

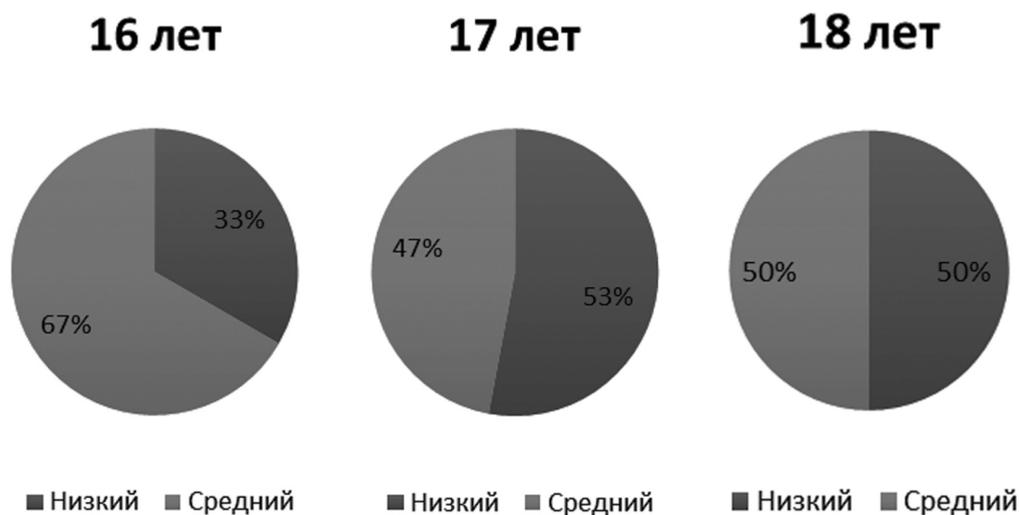


Рисунок 3. Распределение уровней рефлексивности с учетом возраста (16–18 лет)

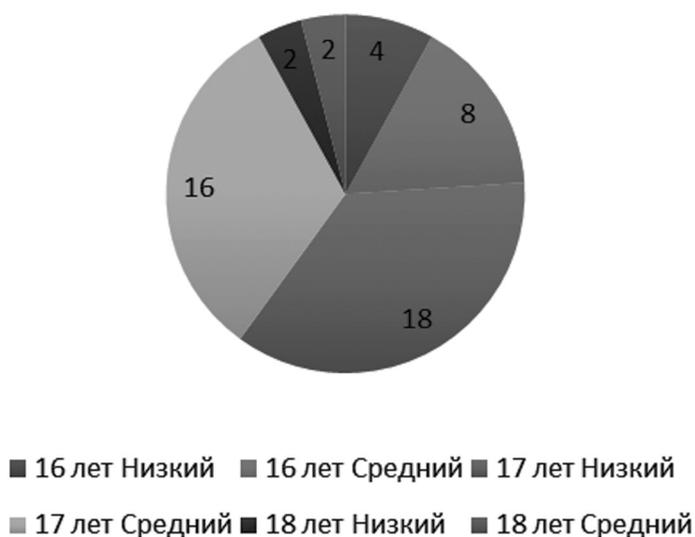


Рисунок 4. Общее распределение уровней рефлексивности с учетом возраста

большая часть имеет средний уровень рефлексивности вне зависимости от возраста и пола. На основании полученных данных был сделан вывод о наличии у обучающихся способности к планированию своих действий, осознанию своего отношения к происходящей ситуации, анализу своих действий и поступков других людей. Однако рефлексивные процессы могут носить нерегулярный характер, а рефлексивный анализ осуществляется студентами достаточно поверхностно.

Рефлексивные технологии являются мощным инструментом для развития самоопределения студентов колледжа, а также неотъемлемой частью современного образования. Они помогают студентам осознать свои цели, приоритеты и ценности, а также развить навыки саморефлексии, критического мышления и саморегуляции, необходимые для успешной карьеры и жизни в современном мире. Включение рефлексивных практик в учебный процесс позволяет колледжам подготовить студентов к вызовам XXI века и может помочь им реализовать свой потенциал.

### Литература

1. Дьюи Д. Психология и педагогика мышления // Пер. с англ. Н.М. Никольской. М. : Совершенство, 1997. 208 с. ISBN 5-89441-011-8.
2. Schon D.A. The Reflective Practitioner. How professionals think in action. London : Routledge, 1992. 384 p. DOI: <https://doi.org/10.4324/9781315237473>
3. Kolb D.A. Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development. 2<sup>nd</sup> edition. Englewood Cliffs, NJ : Prentice Hall, 1984. 256 p. ISBN 0-13-389240-9.
4. Новикова А.А. Оценивание и рефлексия: историко-методический аспект развития понятий // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Современный колледж. 2023. № 2 (6). С. 49–57. EDN TKCMZU. DOI: <https://doi.org/10.25688/2782-6597.2023.6.2.4>
5. Семенов И.Н. Развитие проблематики рефлексии и ее изучение на факультете психологии Высшей школы экономики // Психология. 2007. Т. 4. № 3. С. 108–126. URL: <https://psy-journal.hse.ru/data/2011/04/25/1210809788/108-126.pdf?ysclid=m462b5m6fj420220978> (дата обращения: 11.08.2024).
6. Алисов Е.А., Подымова Л.С. Современные технологии и модели обучения. М. : МГПУ, 2018. 80 с. ISBN 978-5-6041327-9-1. EDN YSPWKD.
7. Бизяева А.А. Психология думающего учителя: педагогическая рефлексия. Псков : ПГПИ им. С.М. Кирова, 2004. 213 с. ISBN 5-87854-309-5. EDN QXKSQB.
8. Бизяева А.А., Сорокун П.А. Сознание и рефлексия. Псков : Псковский гос. педагогический ун-т им. С.М. Кирова, 2004. 213 с. ISBN 978-5-87854-509-9. EDN QXKSQB.
9. Скворцова Ю.В. Метакогнитивные компоненты педагогического мышления преподавателя высшей школы : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Ярославль, 2005. 192 с. EDN NNQFVL.
10. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб. : Питер, 2012. 712 с. ISBN 978-5-459-01141-8.

### References

1. Dewey D. (1933) *How we think : A restatement of the relation of reflective thinking to the educative process*. Boston : Heath. 301 p. (Russian edition: Dewey D. Psychology and pedagogy of thinking. Transl. by N.M. Nikolskaya. Moscow : Sovershenstvo Publ., 1997. 208 p.).
2. Schon D.A. (1992) *The Reflective Practitioner. How professionals think in action*. London : Routledge, 1992. 384 p. DOI: <https://doi.org/10.4324/9781315237473>
3. Kolb D.A. (1984) *Experiential Learning : Experience as the Source of Learning and Development*. 2<sup>nd</sup> edition. Englewood Cliffs, NJ : Prentice Hall, 1984. 256 p. ISBN 0-13-389240-9.
4. Novikova A.A. (2023) Evaluation and reflection: Historical and methodological aspect of the development of concepts. *Bulletin of the Moscow City Pedagogical University. Series: Pedagogy and Psychology*. No. 2 (6). Pp. 49–57. DOI: <https://doi.org/10.25688/2782-6597.2023.6.2.4> (In Russian).
5. Semenov I.N. (2007) The development of the problem of reflection and its study at the Faculty of Psychology of the Higher School of Economics. *Psikhologiya* [Psychology]. Vol. 4. No. 3. Pp. 108–126. URL: <https://psy-journal.hse.ru/data/2011/04/25/1210809788/108-126.pdf?ysclid=m462b5m6fj420220978> (accessed 11.08.2024). (In Russian).
6. Alisov E.A., Podymova L.S. (2018) *Sovremennye tekhnologii i modeli obucheniya* [Modern technologies and learning models]. Moscow : Moscow City University Publ. 80 p. ISBN 978-5-6041327-9-1.
7. Bizyaeva A.A. (2004) *Psikhologiya dumayushchego uchitelya : pedagogicheskaya refleksiya* [Psychology of the thinking teacher: Pedagogical reflection]. Pskov : Pskov State Pedagogical University Publ. 213 p. ISBN 5-87854-309-5. (In Russian).
8. Bizyaeva A.A., Sorokun P.A. (2004) *Soznanie i refleksiya* [Consciousness and reflection]. Pskov : Pskov State Pedagogical University Publ. 213 p. ISBN 978-5-87854-509-9. (In Russian).
9. Skvortsova Yu.V. (2005) *Metakognitivnye komponenty pedagogicheskogo myshleniya prepodavatelya vysshei shkoly* [Metacognitive components of pedagogical thinking of a higher education teacher]: Cand. Sci. Thesis (Psychology) : 19.00.07. Yaroslavl'. 192 p. (In Russian).
10. Rubinstein S.L. (2012) *Osnovy obshchei psikhologii* [Fundamentals of general psychology]. St. Petersburg : Peter Publ. 712 p. ISBN 978-5-459-01141-8. (In Russian).